

Als uw specialist niet wil dat u natuurlijke geneesmiddelen gebruikt

in de reguliere zorg

Combinatiegevaaren

Het is onverstandig om op eigen houtje natuurlijke geneesmiddelen in te nemen terwijl u daarnaast reguliere geneesmiddelen gebruikt. “Zeker wanneer u geneesmiddelen gebruikt in verband met een hart- en vaataandoening of depressiviteit, kan zo’n combinatie soms zelfs ronduit gevaarlijk zijn”, benadrukt Durk Meijer. Beide homeopathische artsen wijzen er echter op dat dit combinatiegevaar niet geldt voor homeopathische middelen. Lex Rutten: “Homeopathische geneesmiddelen kunnen, in tegenstelling tot fytotherapeutica, zonder probleem samen worden gebruikt met de reguliere middelen van huisarts of specialist. Dat komt doordat hun werkingsmechanisme wezenlijk verschilt.” Homeopathie geneest namelijk het gelijke met het gelijkende. Bij slapeloosheid bijvoorbeeld wordt een verdunning gegeven van Coffea (koffieplant). Fytotherapeutica en reguliere middelen geven een tegengestelde reactie (allopathisch). Bij slapeloosheid krijgt u dus een slaapverwekkend middel. In principe is voorzichtigheid het devies wanneer u fytotherapeutische en reguliere geneesmiddelen combineert. Waarbij dokter Meijer, die in zijn praktijk naast homeopathie ook fytotherapie voorschrijft, overigens graag een uitzondering maakt. “Het gebruik van plantaardige geneesmiddelen met een weerstandsverhogende werking, zoals bijvoorbeeld *Echinaforce*, kan in een gewone dosering geen kwaad. Het wordt echter afgeraden bij auto-immuunziekten zoals MS. Zie ook de bijsluiters van de preparaten.”

Noteer al uw geneesmiddelen

Wanneer u als gebruiker van natuurlijke geneesmiddelen een operatie moet ondergaan, is de verleiding groot om de artsen en verpleegkundigen in het ziekenhuis niets te vertellen van uw voorkeur en uw natuurgeneesmiddelen heimelijk te blijven gebruiken. “Ik vind dat onverstandig”, meent Lex Rutten. “Het is zelfs niet geheel zonder risico. Zo zijn er bijvoorbeeld bepaalde plantaardige geneesmiddelen die op de bloedstolling werken, zoals producten van de Ginkgo biloba-boom, of medicijnen die de werking van narcosemiddelen kunnen verlengen, zoals middelen op basis van sint-janskruid. Dit is belangrijke informatie voor de anesthesist die de operatie begeleidt. Hij zal daarmee rekening moeten houden bij het geven van antistolling. Ook zal hij de dosering van de narcotica lager moeten instellen of rekening moeten houden met een langere uitslaaptijd.” Durk Meijer vult aan: “Het is belangrijk dat anesthesisten erin worden getraind te vragen naar het eventuele gebruik van natuurlijke geneesmiddelen, wanneer zij voor de operatie bij de betrokkene langskomen. Kortom: u doet er altijd verstandig aan te vertellen welke natuurlijke geneesmiddelen u gebruikt. Om ervoor te zorgen dat u – in verband met mogelijke zenuwen – niets vergeet, kunt u thuis het beste alle geneesmiddelen op een lijstje zetten die u gebruikt en dit lijstje meenemen als u het ziekenhuis in gaat.”

Het gebruik van homeopathische geneesmiddelen hoeft, zo meent Durk Meijer, ook bij een plotselinge ziekenhuisopname geen enkel probleem te zijn. Al stuit hij daarbij wel op een ander ge-

vaar: voor lang niet alle gebruikers van natuurlijke geneesmiddelen is het verschil tussen homeopathie en fytotherapie even duidelijk. “Je hoort vaak iemand zeggen dat hij een homeopathisch geneesmiddel gebruikt, terwijl het dan in werkelijkheid om een zuiver plantaardig preparaat gaat. Wanneer u daarnaast ook reguliere medicijnen gebruikt, is dit uiteraard belangrijk om te weten. Daarom is het aan te bevelen om zodig even op de verpakking of op de bijsluiters van een natuurgeneesmiddel te kijken. Want gaat het om een homeopathisch middel, dan staat naast de werkzame stof altijd de homeopathische verdunning vermeld.”

Deze natuurlijke middelen beïnvloeden de werking van reguliere medicijnen

Zowel homeopathisch arts Lex Rutten als zijn collega Durk Meijer waarschuwen voor de invloed die sommige natuurgeneesmiddelen kunnen hebben op de werking van reguliere medicijnen. Wie op advies van de huisarts of behandelend specialist reguliere medicijnen krijgt voorgeschreven, moet met name oppassen met het gelijktijdig gebruik van de volgende plantaardige geneesmiddelen:

- Ginkgo biloba (bijvoorbeeld Geriaforce, Ginkgoplus) en knoflookdragees werken bloedverdunnend en zijn daarom af te raden in combinatie met reguliere bloedverdunders c.q. anti-stollingsmiddelen.
- Middelen op basis van sint-janskruid zoals *Hypericum* gaan neerslachtigheid tegen en zijn daarom af te raden in combinatie met reguliere antidepressiva. Het mogelijke gevolg van combineren: enorme onrustgevoelens. Ook kan sint-janskruid de werking van narcosemiddelen beïnvloeden; het kan onder meer de uitslaaptijd verlengen. Daarom altijd minstens veertien dagen vóór de geplande operatie stoppen met het gebruik hiervan.
- Meidoorn (*Crataegus*), zoals *Crataegus complex* verbetert de doorbloeding van het hart door verwijding van de kransslagaderen. Digoxinen, reguliere hartmiddelen op basis van de vingerhoedsplant (*Digitalis*), hebben een soortgelijke werking. Daarom kunt u beter geen natuurlijke *Crataegus*preparaten gebruiken wanneer u van uw huisarts of specialist digoxinen krijgt voorgeschreven.
- Kelp (zeewier) en kelpproducten stimuleren de schildklierwerking en kunnen daarom problemen geven in combinatie met reguliere schildkliermiddelen.
- Valeriaan werkt kalmerend op het zenuwstelsel en kunt u daarom beter niet combineren met reguliere barbituraten, die soms worden voorgeschreven tegen epilepsie.

Sterk werkende reguliere geneesmiddelen kunnen de werking van natuurlijke middelen verminderen. Dit geldt in het bijzonder voor middelen die corticosteroiden (bijnierschorsormoon) bevatten. In geval van twijfel dient u altijd een arts te raadplegen.